Total No. of Questions - 5] [Total Pages : 3

(2090)

6349

B.Ed. IVth Semester Examination

UNDERSTANDING THE SELF

Paper–XVI

(Common for Regular/IInd Year ICDEOL Students)

Time : 1½ Hours] [Maximum Marks : 40

The candidates shall limit their answers precisely within the answer-book (40 pages) issued to them and no supplementary/ continuation sheet will be issued.

परीक्षार्थी अपने उत्तरों को दी गयी उत्तर-पुस्तिका (40 पृष्ठ) तक ही सीमित रखें। कोई अतिरिक्त पृष्ठ जारी नहीं किया जाएगा।

SECTION–A

(खण्ड-अ)

1. Write short notes on the following :

   (a) Therapeutic values of Yoga. 2

   (b) Yogic Diet. 2

(c) Basic elements of Yoga. 2

(d) Classification and source of human values. 2

निम्न पर संक्षिप्त टिप्पणी लिखें :

(क) योग का उपचारात्मक मूल्य।

(ख) योग संबंधी खान-पान।

(ग) योग के मूल घटक।

(घ) मानवीय मूल्यों का वर्गीकरण एवं स्रोत।

SECTION–B

(खण्ड-ब)

2. Describe self concept and self confidence. How these two are interrelated ? (16)

आत्म-प्रत्यय एवं आत्म-विश्वास का वर्णन करें। यह दोनों किस प्रकार आपस में संबंधित हैं?

OR

(अथवा)

3. Describe the meaning and nature of Human Values. Why it is needed to be inculcated among students with reference to today's era ? (16)

मानवीय मूल्यों के अर्थ एवं प्रकृति का वर्णन करें। वर्तमान परिदृश्य में बालकों में इसको आत्मसात करने की आवश्यकता क्यों है?

SECTION–C

(खण्ड-स)

4. Describe Asthanga Yoga of Patanjali along with its importance. (16)

पतंजलि के अष्टांग योग का उसके महत्त्व सहित वर्णन करें।

OR

(अथवा)

5. List the different types of Yoga. How can Karma Yoga lead the path of devotion to work. (16)

विभिन्न प्रकार के योग को सूचीबद्ध करें। कर्म योग किस प्रकार कार्य में समर्पण को अग्रेषित करता है?